॥ श्रीहरिः ॥
213
बालकों की
बोलचाल
गीताप्रेस गोरखपुर
GITA PRESS, GORAKHPUR [SINCE 1923]
गीताप्रेस, गोरखपुर

213

॥ श्रीहरि: ॥

बालकोंकी बोलचाल

त्वमेव माता च पिता त्वमेव
त्वमेव बन्धुश्च सखा त्वमेव।
त्वमेव विद्या द्रविणं त्वमेव
त्वमेव सर्वं मम देवदेव॥

गीताप्रेस, गोरखपुर

॥ श्रीहरिः ॥

नम्र निवेदन

जैसा कि पुस्तकके नामसे स्पष्ट है, इसमें बालकोंको दैनिक व्यवहारकी शिक्षा दी गयी है। वे किस प्रकार बोलें, किस प्रकार बैठें, किस प्रकार चलें, किस प्रकार पढ़ें, किस प्रकार लिखें, किस प्रकार सफाई एवं सावधानी रखें—इत्यादि बातें लेखकके द्वारा बड़े सरल ढंगसे समझायी गयी हैं। साथ ही स्वास्थ्यके प्रारम्भिक नियम भी बताये गये हैं। इस प्रकार सदाचारकी सभी मोटी-मोटी बातें इसमें आ गयी हैं। इसके द्वारा चरित्र-निर्माणमें कोमल-मति बालकोंको कुछ भी सहायता मिली तो हम अपनेको कृतकार्य समझेंगे।

विनीत—

हनुमानप्रसाद पोद्दार

॥ श्रीहरिः ॥

विषय-सूची

विषय		पृष्ठ-संख्या
१- बोलना सीखो	....	५
२- बैठना सीखो	....	७
३- चलना सीखो	....	९
४- पढ़ना सीखो	....	११
५- लिखना सीखो	....	१४
६- कूड़ा सँभालकर डालो	....	१६
७- कुछ भी नष्ट मत करो	....	२०
८- समयपर काम	....	२२
९- सावधानी	....	२४
१०- एक समय एक काम	....	२७
११- नियम पालन करो	....	२९
१२- जहाँ-तहाँ थूको मत	....	३१

॥ श्रीहरिः ॥

बालकोंकी बोल-चाल

१

बोलना सीखो

बोलना सीखना पड़ता है।
बोलनेका ढंग होता है।
बोलनेके नियम होते हैं।
उचितरूपसे बोलनेवाला सम्मानित होता है।

नम्रतासे बोलना सीखो।
मधुरतासे बोलना सीखो।
विनयपूर्वक बोलना सीखो।
शिष्टतासे बोलना सीखो।

जोरसे चिल्लाओ मत।
दूरसे चिल्लाओ मत।
उजड्डुतासे चिल्लाओ मत।
बिना कारण चिल्लाओ मत।

किसीको 'रे' कहना असभ्यता है।
किसीको 'तू' कहना असभ्यता है।
बड़ोंके साथ चिल्लाकर बात करना असभ्यता है।
बड़ोंको दूरसे पुकारना असभ्यता है।

बड़े लोग पुकारें तो पास जाओ।
बड़े लोग पुकारें तो 'जी' कहो।
बड़ोंसे कुछ कहना हो तो पास जाकर बोलो।

छोटोंसे प्रेमपूर्वक बोलो।
सबके साथ नम्रतासे बोलो।
सबके साथ शिष्टतासे बोलो।

दो आदमी बात करते हों तो वहाँ मत जाओ।
किसीकी बात छिपकर सुनने मत जाओ।

कोई बोलता हो तो बीचमें मत बोलो।
दो आदमी बात करते हों तो बीचमें मत बोलो।
ठीक अवसरपर बोलना सीखो।
ठीक ढंगसे बोलना सीखो।

बैठना सीखो

सभामें पैर फैलाकर मत बैठो।
कथा-कीर्तनमें पैर फैलाकर मत बैठो।
मन्दिरमें पैर फैलाकर मत बैठो।

भोजन करते समय पालथी मारकर बैठो।
कथा-कीर्तनमें पालथी मारकर बैठो।
सभामें पालथी मारकर बैठो।

बहुत झुककर बैठना रोगी बनाता है।
बार-बार हिलना-डोलना बुरा कहलाता है।
लोगोंमें बैठकर कानाफूसी करना ठीक नहीं।
लोगोंमें बैठकर तिनके नोचना ठीक नहीं।
लोगोंमें बैठकर अँगुली या कपड़ा मुखमें देना ठीक नहीं।
लोगोंमें बैठकर धरती कुरेदना ठीक नहीं।
लोगोंमें बैठकर अँगुलियाँ चटकाना ठीक नहीं।

सबके बीचमें इधर-उधर व्यर्थ मत देखो।
सबके बीचमें अकारण इशारे मत करो।
सबके बीचमें हँसो या चिढ़ो नहीं।

छींक आये तो मुखके आगे रूमाल कर लो।
खाँसी आये तो मुखके आगे रूमाल या दोनों हाथ कर लो।
जम्हाई आये तो मुखके आगे रूमाल या दोनों हाथ कर लो।

सभामें कानाफूसी करोगे तो लोग असभ्य मानेंगे।
कोई इशारे करोगे या हँसोगे तो लोग असभ्य मानेंगे।
कोई पुस्तक या समाचार-पत्र पढ़ने लगोगे तो लोग असभ्य मानेंगे।

तुम असभ्य मत कहलाना।
तुम मूर्ख मत कहलाना।
स्थिर होकर बैठो।
सीधे होकर बैठो।
शान्त होकर बैठो।

चलना सीखो

तुम्हें चलना आता है ?
चलना तो बहुत छोटे बच्चेको नहीं आता।
तुम तो चलते हो, दौड़ते हो, कूदते हो।
तुम्हें चलना नहीं आता क्या ?

जो रास्तेमें दौड़ते-कूदते चलता है,
जो रास्तेमें पैर घसीटते चलता है,
जो रास्तेमें पैर पटकते चलता है,
उसे चलना नहीं आता।

जो रास्तेमें ऊँचे-नीचे पैर रखता
चलता है,
जो रास्तेमें इधर-उधर देखता
चलता है,
जो रास्तेमें आकाश या मकानोंके
ऊपर देखता चलता है,
उसे चलना नहीं आता।

जो मुँहसे सीटी बजाता चलता है,
जो धक्का देता चलता है,
जो हल्ला मचाता चलता है,
उसे चलना नहीं आता।

क्या तुम सामने देखकर चलते हो?
नीचे देखकर चलते हो?
भीड़ बचाकर चलते हो?
तब तुम्हें चलना आता है।

क्या तुम आगे-पीछे देखकर सड़क पार करते हो?
सवारियोंको बचाकर चलते हो?
शान्त होकर चलते हो?
तब तुम्हें चलना आता है।

कोई सवारी आये तो
उसके लिये रास्ता छोड़ दो।
कोई बोझा लिये आये तो
उसके लिये रास्ता छोड़ दो।
कोई रोगी आये तो उसे रास्ता दे दो।
अपनेसे कोई बड़े आयें तो उन्हें रास्ता दे दो।

बहुत झुककर चलना ठीक नहीं।
बहुत अकड़कर चलना ठीक नहीं।
बहुत रुक-रुककर चलना अच्छा नहीं।

४

पढ़ना सीखो

तुम पुस्तक कैसे पढ़ते हो—

हाथमें लेकर?

मेजपर रखकर?

चारपाईपर रखकर?

लेटे-लेटे पढ़नेसे नेत्र कमजोर होते हैं।

बहुत झुककर पढ़नेसे नेत्र कमजोर होते हैं।

बहुत दूर पुस्तक रखकर पढ़नेसे नेत्र कमजोर होते हैं।

बहुत नेत्रोंके पास लाकर पढ़नेसे नेत्र कमजोर होते हैं।

बहुत तेज प्रकाशमें पढ़नेसे नेत्र कमजोर होते हैं।

बहुत मन्द प्रकाशमें पढ़नेसे नेत्र कमजोर होते हैं।

सीधे बैठकर पढ़ो।

पुस्तक नेत्रोंसे हाथभर

दूर रखकर पढ़ो।

साधारण प्रकाशमें पढ़ो।

मस्तक हिला-हिलाकर पढ़ना ठीक नहीं।
झूम-झूमकर पढ़ना ठीक नहीं।
चिल्ला-चिल्लाकर पढ़ना ठीक नहीं।
तिनका तोड़ते पढ़ना ठीक नहीं।
भूमि कुरेदते पढ़ना ठीक नहीं।

स्थिर बैठकर पढ़ो।
शान्त बैठकर पढ़ो।
धीरे-धीरे पढ़ो।
मन लगाकर पढ़ो।

बिना समझे पढ़नेसे क्या लाभ?
पढ़ते जाने और भूलते जानेसे क्या लाभ?
बेकारकी बातें पढ़नेसे क्या लाभ?

जो कुछ पढ़ो, समझकर पढ़ो।
जितना पढ़ो, स्मरण रखो।
वही पढ़ो, जो पाठशालामें या जीवनमें काम दे।

दूसरेकी पुस्तकपर चिह्न नहीं करना।
कोई पुस्तक मैली नहीं करना।
कोई पुस्तक चाहे जहाँ नहीं डालना।

पुस्तक मैली न हो, इसके लिये क्या करोगे?

कागज चढ़ायेंगे।

पुस्तक फटे नहीं, इसके लिये क्या करोगे?

सँभालके रखेंगे।

पुस्तकको पैर छू जाय तो क्या करोगे?

मस्तकसे लगाकर प्रणाम करेंगे।

५

लिखना सीखो

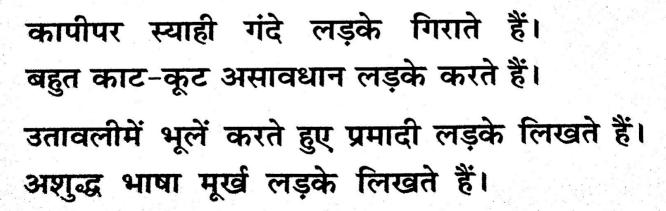
बहुत झुककर लिखते हो?

अच्छा नहीं।

घसीटकर लिखते हो? अच्छा नहीं।
टेढ़ी लाइनें लिखते हो? अच्छा नहीं।

सीधे बैठकर लिखना,
अच्छा है।
सुन्दर स्पष्ट लिखना,
अच्छा है।
सीधी पंक्तियोंमें लिखना,
अच्छा है।

कापीपर स्याही गंदे लड़के गिराते हैं।
बहुत काट-कूट असावधान लड़के करते हैं।

उतावलीमें भूलें करते हुए प्रमादी लड़के लिखते हैं।
अशुद्ध भाषा मूर्ख लड़के लिखते हैं।

तुम गंदे न बनना।
तुम असावधान न होना।

तुम उतावली न करना।
तुम मूर्ख न कहलाना।

कापी स्वच्छ रखना।
काट-कूट नहीं करना।
उतावली नहीं करना।
अशुद्ध नहीं लिखना।

सुनकर लिखना, सोचकर लिखना।
समझकर लिखना, जानकर लिखना।
साफ-साफ लिखना, अलग-अलग लिखना।
शुद्ध-शुद्ध लिखना, सुन्दर अक्षर लिखना।

हाशिया छोड़कर लिखना उत्तम है।
दो पंक्तियोंके बीच कुछ दूरी छोड़ना उत्तम है।
शब्द अलग-अलग लिखना उत्तम है।
पैरा अलग-अलग लिखना उत्तम है।

कूड़ा सँभालकर डालो

रद्दी कागज कहाँ डालते हो?
फलोंके छिलके कहाँ डालते हो?
चूल्हेकी राख कहाँ डालते हो?
कमरेका कूड़ा झाड़कर कहाँ डालते हो?
जूठे दोने-पत्ते कहाँ डालते हो?
मूँगफलीके छिलके कहाँ डालते हो?

रद्दी कागज रद्दीकी टोकरीमें डालो।
फलोंके छिलके गायको डालो।
चूल्हेकी राख गड्ढेमें डालो।
कमरेको झाड़कर कूड़ा गड्ढेमें डालो।
जूठे दोने-पत्ते गड्ढेमें डालो।
मूँगफलीके छिलके गड्ढेमें डालो।
रद्दी कागज सड़कपर मत फेंको।
रद्दी कागज फाड़कर चाहे जहाँ मत फेंको।

रद्दी कागज कूड़ेमें डालो।
कूड़ा-कचरा जला डालो।

रद्दी कागज जला डालो।
फलोंके छिलके सड़कपर मत डालो।
फलोंके छिलके रेलके डिब्बेमें मत डालो।
फलोंके छिलके रास्तेमें मत डालो।

फलोंके छिलकेपर कोई धोखेसे पैर देगा।
पैर फिसलेगा, वह गिर जायगा।
गिरेगा तो चोट लगेगी।
चोट लगेगी तो तुम दोषके भागी होगे।

थोड़ी सावधानी रखो।
किसीको चोट न लगे।

चूल्हेकी राख रास्तेमें मत डालो।
कूड़ा-कचरा रास्तेमें मत डालो।
दोने-पत्तल रास्तेमें मत डालो।

घरके पास कूड़ा डालोगे तो वह सड़ेगा।
कूड़ा सड़ेगा तो रोग बढ़ेगा।
घरके लोग रोगी होंगे।
ऐसी भूल मत करो।

रेलके डिब्बेको गंदा मत करो।
सड़कको गंदा मत करो।
घूमनेके मैदानको गंदा मत करो।

कुछ भी नष्ट मत करो

फलोंके छिलके गाय खाती है।
आमकी गुठली गाय खाती है।
शाकके छिलके गाय खाती है।

इनको धूलमें डालना ठीक नहीं।
इन्हें कूड़ेमें डालना ठीक नहीं।

गायको खिला दो।
बकरीको खिला दो।
भैंसको खिला दो।

बिखरे चावलके दाने
चिड़ियोंको डाल दो।

धूलमें गिरी मैली चीनी
चींटीके बिलपर डाल दो।
थालीमें बचा जूठन
कुत्तेको दे दो।

साबुनके नन्हे टुकड़े मैले हाथ धोनेके काम आते हैं।
कागजके रद्दी टुकड़े पुड़िया बाँधनेके काम आते हैं।
फटे कपड़े कुर्सी-मेज पोंछनेके काम आते हैं।

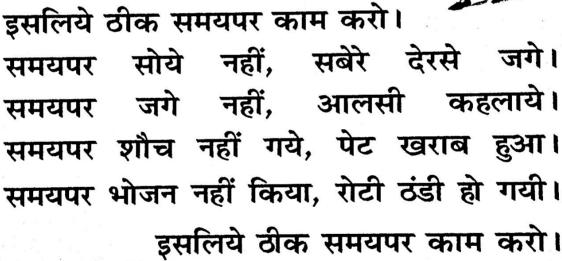
फलोंके छिलके नष्ट मत करो।
शाकके छिलके नष्ट मत करो।
जूठा बचा अन्न नष्ट मत करो।
कागज फाड़कर नष्ट मत करो।

जो जिसके काम आये, उसे दो।
जो जिसके उपयोगका हो, उसे दो।
जो जिसको चाहता हो, उसे दो।

कोई भी वस्तु नष्ट मत करो।
व्यर्थ कुछ भी नष्ट मत करो।

समयपर काम

समयपर स्टेशन नहीं गये, गाड़ी
छूट गयी।
समयपर चिट्ठी डाकमें नहीं डाली,
देरसे पहुँची।
समयसे पाठशाला नहीं गये, डाँट
सहनी पड़ी।

इसलिये ठीक समयपर काम करो।
समयपर सोये नहीं, सबेरे देरसे जगे।
समयपर जगे नहीं, आलसी कहलाये।
समयपर शौच नहीं गये, पेट खराब हुआ।
समयपर भोजन नहीं किया, रोटी ठंडी हो गयी।
इसलिये ठीक समयपर काम करो।

समयपर नहाओ, समयपर खाओ।
समयपर सोओ, समयपर जागो।
समयपर पढ़ो, समयपर खेलो।
ठीक समयपर काम करो।

किसीने मिलनेको बुलाया, ठीक समयपर पहुँच जाओ।
कोई मिलने आनेवाला है, ठीक समयपर उपस्थित रहो।
किसीके साथ कहीं जाना है, ठीक समयपर तैयार रहो।
किसी कार्यमें सम्मिलित होना है, ठीक समयपर जा पहुँचो।
ठीक समयपर काम करो।

लोग चलनेको खड़े हैं, तुम्हें शौच जाना है।
लोग काम करने चले, तुम्हें पानी पीना है।
लोग सवारीपर बैठ गये, तुम्हें अभी कपड़े पहिनने हैं।

ऐसी ढील-ढाल ठीक नहीं।
ऐसा आलस ठीक नहीं।
ऐसी सुस्ती ठीक नहीं।

तुम पहिले तैयार रहो।
तुम समयपर तैयार रहो।
ठीक समयपर काम करो।

सावधानी

रास्ता चलते सावधान नहीं थे, ठोकर लगी।
बर्तन उठाते सावधान नहीं थे, बर्तन हाथसे गिरा।
लिखते हुए सावधान नहीं थे, दावात लुढ़की।
पढ़ते समय सावधान नहीं थे, पुस्तक फटी।

धोती फटी—सावधान नहीं थे।
कमीज फटी—सावधान नहीं थे।
पुस्तक फटी—सावधान नहीं थे।
स्याही लुढ़की—सावधान नहीं थे।
ग्लास फूटा—सावधान नहीं थे।

बिना सावधानीके बैठे—कपड़े कीचड़में सन गये।
बिना सावधानीके उठे—सिर किवाड़-चौखटसे टकराया।
बिना सावधानीके चले—फिसलकर गिर पड़े।

चीज उठानेमें सावधानी रखो।
चीज धरनेमें सावधानी रखो।
चीज लेनेमें सावधानी रखो।
चीज देनेमें सावधानी रखो।

दौड़ो तो सावधान रहो।
चलो तो सावधान रहो।
बोलो तो सावधान रहो।
खेलो तो सावधान रहो।

आगसे सावधान रहो।
पानीसे सावधान रहो।
पशुओंसे सावधान रहो।
पक्षियोंसे सावधान रहो।
दूसरोंसे सावधान रहो।
अपनेसे सावधान रहो।

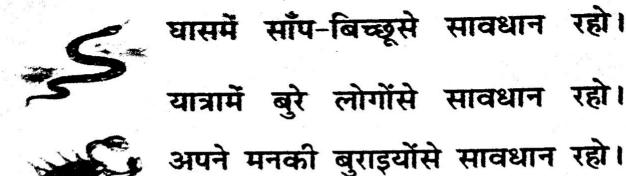
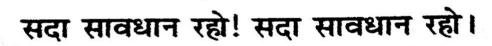
सावधान नहीं रहोगे तो कौआ पानी
जूठा कर देगा।
सावधान नहीं रहोगे तो बंदर रोटी या
पुस्तक ले भागेगा।
सावधान नहीं रहोगे तो कुत्ता घरमें
घुस जायगा।

सावधान नहीं रहोगे तो बिल्ली दूध पी जायेगी।

घासमें साँप-बिच्छूसे सावधान रहो।

यात्रामें बुरे लोगोंसे सावधान रहो।

अपने मनकी बुराइयोंसे सावधान रहो।

सदा सावधान रहो! सदा सावधान रहो।

एक समय एक काम

पूरब चलो, दक्षिण देखो तो क्या होगा?
ठोकर लगेगी, गिर पड़ोगे।
पढ़ने बैठो और गप लड़ाओ तो क्या होगा?
पाठ याद नहीं होगा, अध्यापककी डाँट पड़ेगी।
लिखने बैठो और गेंद उछालो तो क्या होगा?
दावात लुढ़केगी, कापी खराब होगी।

ऐसे अटपटे काम मत करो।
एक समय कई काम मत करो।
बेमनसे काम मत करो।
एक समय कई काम
करना चाहें तो?
काम खराब होते हैं।
समय नष्ट होता है।
बेमनसे कोई काम
करना चाहें तो?
काम खराब होता है।
समय नष्ट होता है।

एक समय एक काम करो।
मन लगाकर काम करो।

पढ़नेके समय खेलना—बुरा स्वभाव है।
खेलनेके समय सुस्त बैठना—बुरा स्वभाव है।
कामके समय गप लड़ाना—बुरा स्वभाव है।
जिस कामका जो समय है, उस समय वही काम करो।
जिस कामको करना है, उस समय वही काम करो।
जिस काममें लगना है, मन लगाकर वही काम करो।

नियम पालन करो

भोजनके नियमका पालन नहीं करोगे—रोगी होगे।
सोने-जागनेके नियमका पालन नहीं करोगे—
रोगी होगे।
शौच-स्नानके नियमका पालन नहीं करोगे—
रोगी होगे।
स्वच्छता-व्यायामके नियमका पालन नहीं करोगे—
रोगी होगे।
नियमसे पाठशाला नहीं जाओगे—विद्या नहीं आयेगी।
नियमसे पढ़ोगे नहीं—विद्या नहीं आयेगी।
नियमसे लिखोगे नहीं—विद्या नहीं आयेगी।
असभ्य कौन?—जो गंदा रहता है।
असभ्य कौन?—जो अपना वेश ठीक नहीं रखता।
असभ्य कौन?—जो नम्रतासे बोलना तथा
अभिवादन करना नहीं जानता।
स्वच्छताके नियमोंका पालन करो।
वेश-भूषा नियमित रखो।
बोलो-मिलो नियमपूर्वक।

उठने-बैठनेमें नियमित रहो।
घूमने-टहलनेमें नियमित रहो।
चलने-दौड़नेमें नियमित रहो।
खाने-पीनेमें नियमित रहो।

नियम पालोगे—आरोग्य मिलेगा।
नियम पालोगे—बल मिलेगा।
नियम पालोगे—सुख मिलेगा।

यश मिलता है—नियमित रहनेवालेको।
धन मिलता है—नियमित रहनेवालेको।
सम्मान मिलता है—नियमित रहनेवालेको।

नियम-पालनसे सफलता मिलती है।
नियम-पालनसे महत्ता मिलती है।
नियम-पालनसे प्रसन्नता मिलती है।

जहाँ-तहाँ थूको मत

कमरेके भीतर मत थूको।

कमरेकी दीवालपर मत थूको।

स्टेशनके प्लेटफार्मपर मत थूको।

रेलके डिब्बेमें मत थूको।

बीच सड़कपर मत थूको।

सभा-स्थलपर मत थूको।

एक ओर नालीमें थूको।

थूकनेके लिये बनाये स्थानमें थूको।

पीकदानमें थूको।

थूकना हो तो एक ओर बचकर थूको।

मकानके ऊपरसे थूको मत।

चलती रेलसे बाहर झुककर थूको मत।

भीड़में बिना देखे थूको मत।

कहीं जलमें थूको मत।

अग्निके भीतर थूको मत।

किसीके ऊपर थूको मत।

थूकमें रोगके कीड़े होते हैं।
थूकसे गन्दगी होती है।
थूकपर मक्खी बैठती है।

रोगीके थूकपर मिट्टी डाल दो।
अपने कफपर मिट्टी डाल दो।

खूब बचाकर थूको।
थूकनेके स्थानपर थूको।
एक ओर हटकर थूको।